

# 向山校区の「健康まちづくり」活動

主催：自治協議会 主管：体協・まちづくり委員会

平成25年5月 向山未来創造健康プロジェクトチームの立ち上げ

座長：田上自治協会長

メンバー：体協及びまちづくり委員会有志・校区担当保健師

数度のPT会議を経て「歩く」ことで健康づくりを推進していくことに決定。

## 向山校区ふれあいウォーキングクラブ(KFWC)を発足

ポスター・回覧版・自治協例会などで参加者を募集。

- ・参加登録者に簡易万歩計を配布、各自で毎月の目標を立ててもらいそれぞれのペースで自由にウォーキングをしてもらった。
- ・毎日、歩数を記録して、月毎に集計した用紙の提出してもらった。
- ・平成25年10月から平成26年3月まで、毎月1回 ウォーキング教室や校区内外のウォーキング会を開催。





